

IL TUO RIFUGIO DAL GALDO

Una guida ai luoghi freschi,
accessibili e aperti di Brescia



Brescia,
La Tua Città
Europea.

PAC
Piano
Aria e Clima



Quando il caldo diventa insopportabile, sapere dove andare fa la differenza.

Il Comune di Brescia ha attivato una rete di rifugi climatici: luoghi pubblici, ad accesso libero e gratuito, in cui trovare sollievo dalle temperature estreme durante l'estate. Si tratta di biblioteche, musei, centri civici e parchi che svolgono una doppia funzione, quella per cui sono stati pensati e quella di protezione della popolazione durante gli eventi climatici estremi.

I rifugi sono un supporto fondamentale durante le ondate di calore, quei periodi in cui le temperature restano elevatissime per più giorni di fila, anche durante la notte, e il corpo fatica a recuperare. Un rischio reale, soprattutto per chi è più vulnerabile: anziani, bambini, persone con malattie croniche.

Cosa trovi nei rifugi al chiuso?

Aria condizionata, posti a sedere, servizi igienici, acqua potabile e accesso per persone con disabilità, tutto gratuito.

Cosa trovi nei rifugi all'aperto?

Zone d'ombra con sedute, servizi igienici, ristorazione vicina e, spesso, aree picnic, aree gioco, aree cani e fontanelle pubbliche.

In queste pagine ci sono tutti i **rifugi climatici** della città, organizzati per zona: Nord, Centro, Est, Ovest e Sud.

Cercali vicino a te e usali per proteggerti dal caldo!

ZONA NORD

Rifugi climatici al chiuso

**Associazione
Camminando Insieme**
Via Vittime d'Istria, 12
338.775.0134

**Centro Diurno
San Bartolomeo**
Via Vittime d'Istria, 10
030.209.1702

**Associazione
Solidarietà Viva**
Via del Brolo, 71
030.200.5566

Associazione Alberi di Vita
Ptta SS. Francesco e Chiara, 1
329.117.2000/392.916.9439

Biblioteca Prealpino
Via Colle di Cadibona, 5
030.297.7492

Biblioteca Casazza
Via Casazza, 46
030.297.7491

**Punto Comunità
Borgo Trento**
Via Trento, 64/a
030.309.9181

Sala lettura Campo Marte
Via Campo Marte, 3
338.938.5742

ZONA NORD

Rifugi climatici all'aperto

Centro natatorio Mompiano

Via dello Stadio, 20

Lunedì - venerdì:

6:00 – 21:00

Sabato e domenica:

7:00 – 19:00

Parco Castelli

Via Benedetto Castelli, 11

Parco Marconi

Via Guglielmo Marconi

Parco Lussignoli

Via A. F. Ozanam, 4

Parco Biagi

Via Fabio Filzi

Parco Salvo d'Acquisto

Via Montello, 43

Parco Belvedere

Via Gian Battista Scarella, 27

Parco Reggio

Via Luigi Gadola

Parco Frugoni

Viale Caduti del Lavoro, 43

Parco Sam Quilleri

Campo Marte

Via Campo Marte

ZONA CENTRO

Rifugi climatici al chiuso

Biblioteca Largo Torrelunga

Largo Torrelunga, 6
030.294.2219

Sala lettura Umberto Eco

Corso Mameli, 23
030.297.7357

MUSEI CIVICI*:

Brixia. Parco archeologico di Brescia romana

Via Musei, 55

Museo di Santa Giulia

via Musei, 81/b

Pinacoteca

Tosio Martinengo
Piazza Moretto, 4

Museo del Risorgimento

Leonessa d'Italia
Via Castello, 9

Museo delle Armi

Luigi Marzoli
Via Castello, 9

* Ingresso gratuito
per chi risiede Brescia

ZONA CENTRO

Rifugi climatici all'aperto

Parco Turati

Via Filippo Turati

Parco della biodiversità nel Bosco della Montagnola

Via Pusterla

Parco dell'acqua

Largo Torrelunga, 7

Parco Canton Mombello

Via XXV Aprile

Giardini Oriana Fallaci

C.so Magenta

Parco Piero Morari

Via Odorici, 9

ZONA EST

Rifugi climatici al chiuso

Biblioteca San Polo

Via Tiziano, 246
030.297.7497

Centro Servizi Bird

Vicolo Monsignor Manziana, 4
338.930.1782

Centro Aperto Don Benedini

Via Indipendenza, 27/A
030.308.847.210/211/212

Circolo ACLI S. Polo

Via Cimabue, 271
030.231.1303

Associazione Auser

“Amici del Parco”

Via Arici, 7
331.123.2149

Biblioteca Buffalora

Via delle Bettole, 101
030.297.7494

ZONA EST

Rifugi climatici all'aperto

Centro natatorio

Viale Piave

Viale del Piave, 30

Lunedì - venerdì:

8:00 – 21:00

Sabato:

8:00 – 13:30

Domenica: chiuso

Parco Amicizia tra i Popoli

Via Raffaello

Parco Baden Powell

Viale Bornata, 137

Parco Ducos 1

Viale del Piave, 6

Parco Ducos 2

Via Francesco Lonati

Parco Avis di Buffalora

Via della Settima

Parco Rebuffone

Viale Venezia

Parco Basaglia

Via Berardo Maggi

ZONA OVEST

Rifugi climatici al chiuso

Biblioteca Ghetti

Piazza Luigi Buffoli, 16
030.297.7493

Associazione ViVo

Via Violino di Sopra n. 115
339.170.7985

Centro Diurno Achille Papa

Via Del Santellone, 2
030.322.9753

Centro Aperto

Insieme nella Terza Età

Via S. Emiliano n. 2/a
030.370.1204
339.680.5555

Biblioteca di Collebeato

“E. Curiel”

Via Martinengo, 8 Collebeato
030.251.1106

Sede Auser Collebeato

Via Saletto, 16/b Collebeato
030.251.1921

ZONA OVEST

Rifugi climatici all'aperto

Centro sportivo

San Filippo

Via Luigi Bazoli, 6

Lunedì - Venerdì:

9:00 – 21:00

Sabato e domenica:

9:00 – 13:00 e 15:00 – 19:00

Giardini Falcone Borsellino

Via dei Mille

Parco delle stagioni

Via Collebeato, 18

Parco Attilio Lavecchia

Via del Sebino

Parco dei Poeti

Via Prima, 53 Villaggio Badia

Parco Italo Nicoletto

Via Mario Longhi

Parco Muro di Berlino

Via delle Longure

ZONA SUD

Rifugi climatici al chiuso

Biblioteca Sereno

Vill. Sereno trav. XII, 58/b
030.297.7495

Biblioteca Parco Gallo

Via Privata de Vitalis, 46
030.297.7496

Centro Sportivo

Ricreativo Culturale

Parco Ziziola

Via Ziziola, 22

Gruppo Anziani Folzano

Via della Palla, 13
349.823.4771

Associazione

6 in Compagnia

Via Lottieri, 3
030.353.3199

ZONA SUD

Rifugi climatici all'aperto

Piscina Lamarmora

Via Rodi, 20

Lunedì, mercoledì e giovedì:

6:30 – 21:00

Martedì e venerdì:

06:30 – 16:30 e 17:15 – 21:00

Sabato: 7:30 – 18:00

Domenica: 7:30 – 13:30

Parco Gallo

Via Corfù, 100

Parco Pescheto

Via A. Lamarmora, 11

Parco Giffoni

Traversa Quarta

Villaggio Sereno

Parco della Pace

Viale della Pace, 28

San Zeno Naviglio

Parco di Chiesanuova

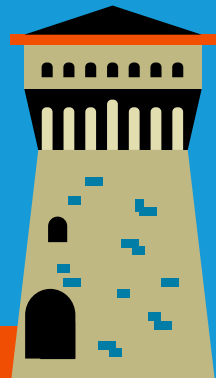
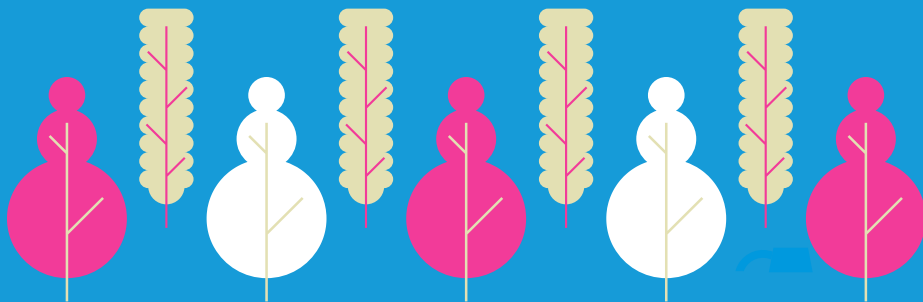
Via Pisa, 5

● Castello di Brescia

Il Castello di Brescia è il rifugio climatico più accessibile e immediato in centro storico. Arroccato sul Colle Cidneo, basta una camminata di pochi minuti per lasciarsi alle spalle l'asfalto rovente e immergersi in un'oasi ventilata, protetta da mura imponenti e alberi secolari. Da scoprire il Giardino Botanico della Montagnola, per conoscere la ricchezza della biodiversità locale.

Perché sceglierlo?

Bastioni in pietra, grandi viali alberati e una posizione sopraelevata creano un microclima naturalmente ventilato, con zone d'ombra dove il calore estivo si fa sentire molto meno. Siediti su una panchina, passeggia tra le mura storiche, oppure fermati a uno dei bar e chioschi interni, per una sosta rigenerante con vista sulla città.

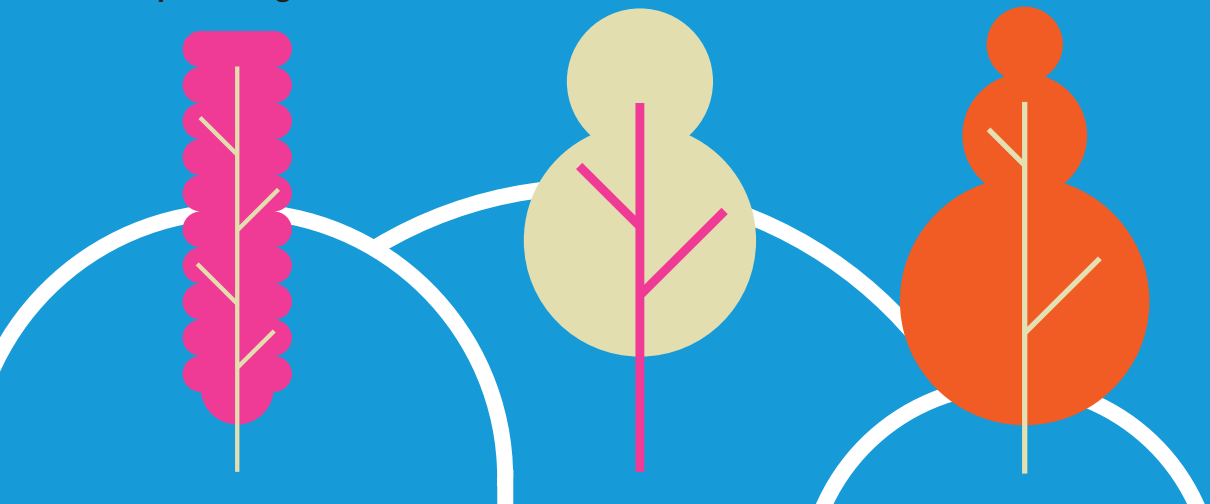


● Parco delle Colline

Con i suoi oltre 4.000 ettari di boschi che abbracciano Brescia, il **Parco delle Colline** è una vera e propria fortezza verde, capace di abbattere le temperature urbane e offrirti un riparo immediato dall'afa estiva.

Perché sceglierlo?

Offre chilometri di sentieri immersi nel fresco di castagni e querce, dove la temperatura è decisamente più bassa e l'aria si fa leggera. Le zone del Monte Maddalena, del Bosco di Sant'Anna, di Mompiano e di Collebeato offrono rifugi e chioschi d'altura per fare una pausa rigenerante all'ombra.

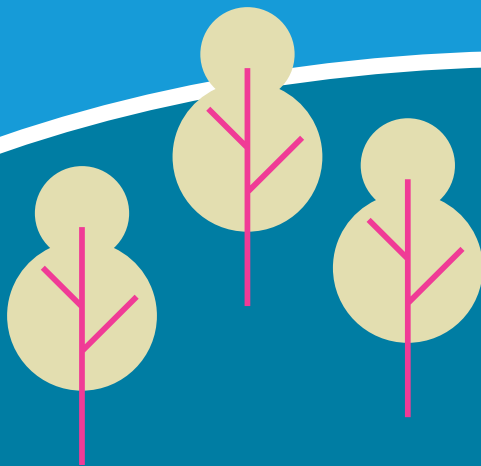


● Monte Maddalena

La città scotta? Sali a quota freschezza in meno di venti minuti con il bus n.6. La **Maddalena** non è solo la montagna dei bresciani, è il “tetto refrigerante” della nostra città. Con i suoi 874 metri di altezza, è il rifugio climatico per eccellenza: un'oasi d'alta quota dove l'afa della pianura si dissolve e l'aria si fa subito frizzante.

Perché sceglierlo?

I boschi fanno ombra fitta sui sentieri, la brezza è costante e la temperatura scende in modo netto, rispetto alla città. In vetta, ampi prati invitano a stendersi sull'erba e godere del panorama. E, per chi vuole rifocillarsi, ci sono rifugi, bar e trattorie.



● Le fontane di Brescia

Le **fontanelle** di Brescia possono fornire sollievo e un po' di frescura durante gli spostamenti nel centro storico. Puoi consultare la mappa interattiva delle fontanelle di Brescia tramite l'applicazione **Bresciapp!** o sul sito **fontanelle.org**.



I sentieri più freschi per il trekking

Per chi vuole camminare godendosi l'ombra dei boschi, questi sono i percorsi più consigliati nelle giornate calde.

● Sentiero n. 901 (da Sant'Eufemia alla vetta)

Noto anche come l'inizio dell'Alta via dell'Amore, parte da via Cesare Noventa e sale lungo il versante orientale.

Fattore fresco: il percorso si immerge rapidamente in boschi e pendii, superando i ruderi storici di Forte Garibaldi immersi nella vegetazione.

Tempo medio di percorrenza: 2 ore

Difficoltà: moderato

● Sentiero n. 907 + percorso vita (da San Rocchino a San Gottardo)

Parte da via del Goletto (zona San Rocchino) e incrocia la suggestiva Chiesa di San Gottardo.

Fattore Fresco: subito dopo San Gottardo il tracciato attraversa un bosco fittissimo che ospita le opere di Land Art "Il Bosco nell'arte", ideale per muoversi all'ombra, anche nelle ore calde.

Tempo medio di percorrenza: 1 ora e 45 minuti

Difficoltà: moderato

● Sentiero n. 910 (da Mompiano)

Parte da via Dabbeni, a Mompiano. È un percorso facile, adatto a tutti.

Fattore Fresco: il sentiero si sviluppa all'interno della Valle di Mompiano e porta nel bosco del "Rifugio delle Gnàre e dei Gnàri dé Mompia".

Tempo medio di percorrenza: 1 ora e 15 minuti

Difficoltà: Facile, adatto alle famiglie

● Sentiero n. 13 (l'Anello della vetta)

Parte dalla chiesa di Santa Maria Maddalena ed è un circuito ad anello pianeggiante sulla sommità della Maddalena, perfetto per chi non vuole fare grandi fatiche in salita.

Fattore Fresco: si sviluppa totalmente nell'ombra di una volta boschiva perenne, proprio in cima al monte.

Tempo medio di percorrenza: 45 minuti

Difficoltà: molto facile



Piccola guida pratica per affrontare il caldo

Il caldo estremo non è solo fastidioso, è pericoloso. Le temperature altissime per più giorni di fila, spesso con umidità elevata e aria ferma, causano disidratazione, spossatezza e malori. In città il problema si amplifica: asfalto e cemento trattengono il calore del giorno e lo rilasciano di notte, senza mai lasciare tregua al corpo.

Con qualche accorgimento quotidiano, però, ci si può proteggere.

A CASA: BLOCCA IL CALDO PRIMA CHE ENTRI

- Tieni tapparelle e tende chiuse durante le ore di sole.
- Apri le finestre solo la sera, la notte o la mattina presto.
- Imposta il condizionatore tra 25 e 27 °C ed evita sbalzi di più di 5 °C rispetto all'esterno per non subire shock termici.
- Fai attenzione ai ventilatori: sopra i 32 °C in casa non puntarli sul corpo, muovono l'aria, ma non rinfrescano davvero e accelerano la perdita di liquidi.
- Spegni forno, fornelli e dispositivi in standby, rilasciano calore nell'ambiente anche quando non li stai usando attivamente.

FUORI CASA: SCEGLI L'ORARIO GIUSTO

- Evita di stare all'aperto e di fare attività fisica tra le 11 e le 18.
- Esci con abiti leggeri, larghi e chiari - cotone o lino, non fibre sintetiche - e proteggiti sempre con cappello, occhiali e crema solare.
- Frequenta i rifugi climatici: parchi, aree boschive, spazi pubblici climatizzati dove la temperatura scende e il corpo si rigenera.
- Ricorda che un'auto al sole, anche per pochi minuti, può diventare molto pericolosa per bambini, anziani e animali

ALIMENTAZIONE E IDRATAZIONE

- Bevi costantemente, almeno 1,5/2 litri di acqua al giorno. Non aspettare di avere sete, perché la sete è già il primo segnale di disidratazione.
- Evita bevande alcoliche, superalcolici, caffè e bibite gassate o eccessivamente zuccherate: fanno perdere liquidi invece di reintegrarli.
- Privilegia cibi ricchi d'acqua e sali minerali come frutta e verdura di stagione (anguria, melone, cetrioli, pomodori), che aiutano il corpo a regolare la temperatura. Limita i cibi grassi, fritti o elaborati che rallentano la digestione e aumentano la temperatura interna corporea.

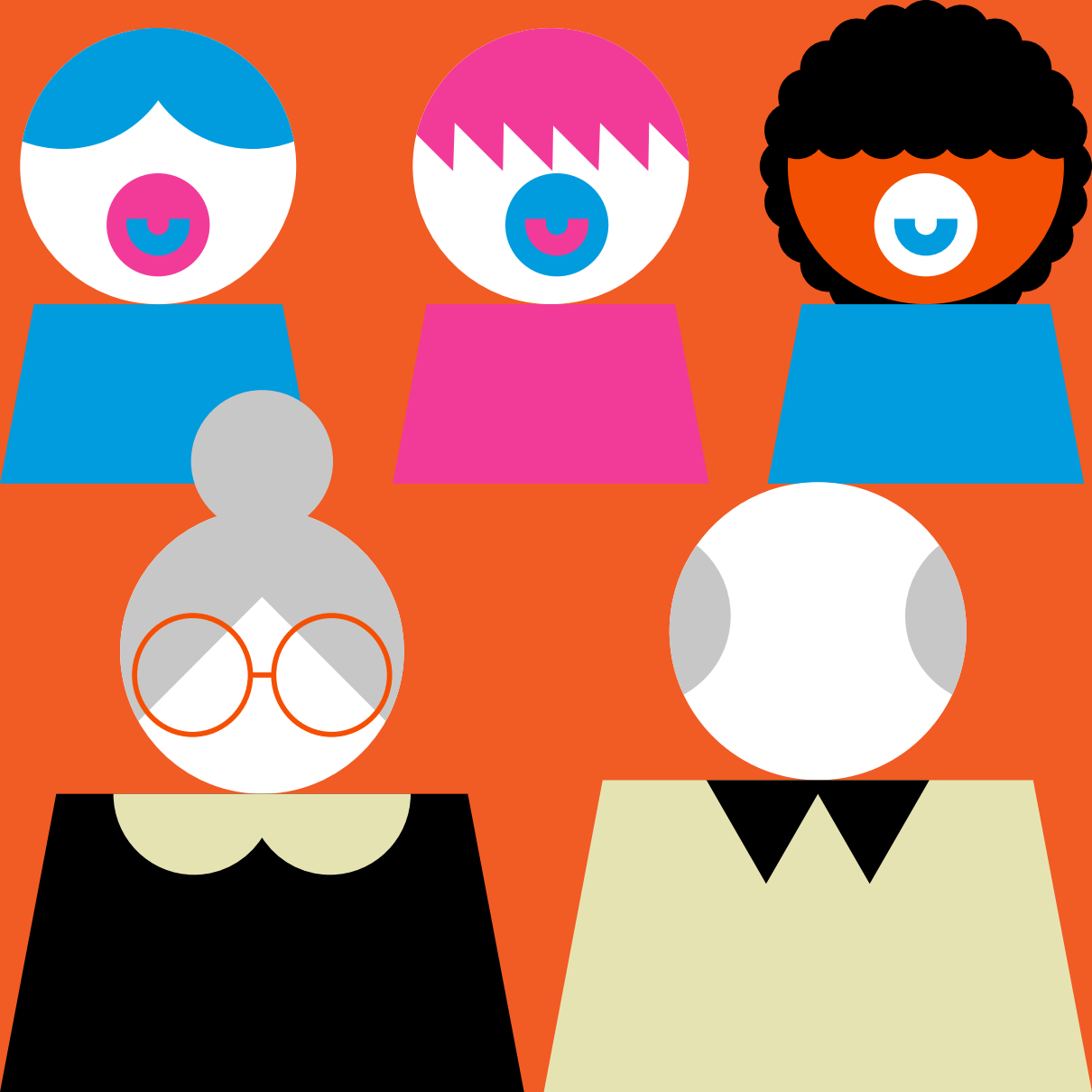
- **Consulta il medico di base se assumi dei farmaci (come diuretici o medicinali per la pressione che possono aumentare la disidratazione), per verificare se le terapie in corso necessitano di aggiustamenti estivi.**

ATTENZIONE AI PIÙ PICCOLI

- **Evita l'esposizione diretta al sole per i neonati fino a 6 mesi. Per i più grandi usa creme solari ad alta protezione (SPF 50+) e cappellini: l'ombrellone non protegge dai raggi UV.**
- **Offri acqua frequentemente. Per i lattanti aumenta le poppate (latte materno o artificiale) per garantire liquidi a sufficienza.**
- **Vesti i bambini con indumenti leggeri, traspiranti e di colore chiaro (cotone o lino) e proteggi sempre la testa con un cappellino.**
- **Evita di coprire il passeggino con teli o trapuntine pesanti, che surriscaldano l'ambiente interno: usa ombrellini parasole regolabili.**

NON DIMENTICARE CHI È SOLO

- **Controlla spesso vicini anziani o persone che vivono da sole. Un messaggio, una telefonata, un passaggio per la spesa possono fare la differenza.**
- **Chiama subito il 112 in caso di colpo di calore (febbre alta, confusione, pelle secca e calda, mal di testa intenso).**



Come proteggere i tuoi amici a quattro zampe

Cani, gatti e piccoli animali domestici non sudano come noi. Regolano la loro temperatura quasi esclusivamente attraverso il respiro affannoso. Per questo motivo, il caldo e l'umidità li mettono a dura prova e li espongono al rischio concreto di colpi di calore.

Bastano, però, poche attenzioni quotidiane per garantire anche a loro un'estate serena e in sicurezza.

ACQUA FRESCA E IDRATAZIONE COSTANTE

- Lascia a disposizione acqua fresca, non ghiacciata, in più punti della casa e cambiala spesso.
- Porta sempre una bottiglia di acqua e una ciotola, quando esci con il cane.
- Proponi i pasti nelle ore meno calde della giornata (mattina presto e sera). Se noti che mangiano meno, è normale: non forzarli.

IN CASA E IN GIARDINO

- Assicurati che l'animale possa muoversi liberamente verso le stanze più fresche della casa (come quelle condizionate o con pavimenti in piastrelle).
- Non confinare mai gli animali su terrazzi, balconi o in giardini senza ombra naturale abbondante e stabile.
- Stendi un asciugamano umido sul pavimento dove l'animale ama riposare o valuta l'uso di appositi tappetini in gel refrigerante.

USCITE E PASSEGGIATE INTELLIGENTI

- Limita le passeggiate esclusivamente alla mattina presto (prima delle 8) e alla sera tardi (dopo le 20).
- Appoggia il palmo della mano sull'asfalto per cinque secondi, prima di incamminarti: se scotta per te, scotterà anche per i polpastrelli del tuo cane, con rischio di serie ustioni. Meglio scegliere percorsi su erba o all'ombra.
- Sospendi i giochi intensi, le corse e gli allenamenti all'aperto durante le giornate di afa.

SICUREZZA IN AUTO

- Non lasciare mai e per nessun motivo l'animale da solo nell'auto parcheggiata, nemmeno per un minuto e anche se i finestrini sono leggermente aperti. All'interno dell'abitacolo la temperatura può salire oltre i 50 °C in pochissimo tempo, con conseguenze fatali.
- Tieni l'abitacolo fresco, ma orienta le bocchette dell'aria condizionata lontano dal muso dell'animale durante i viaggi.

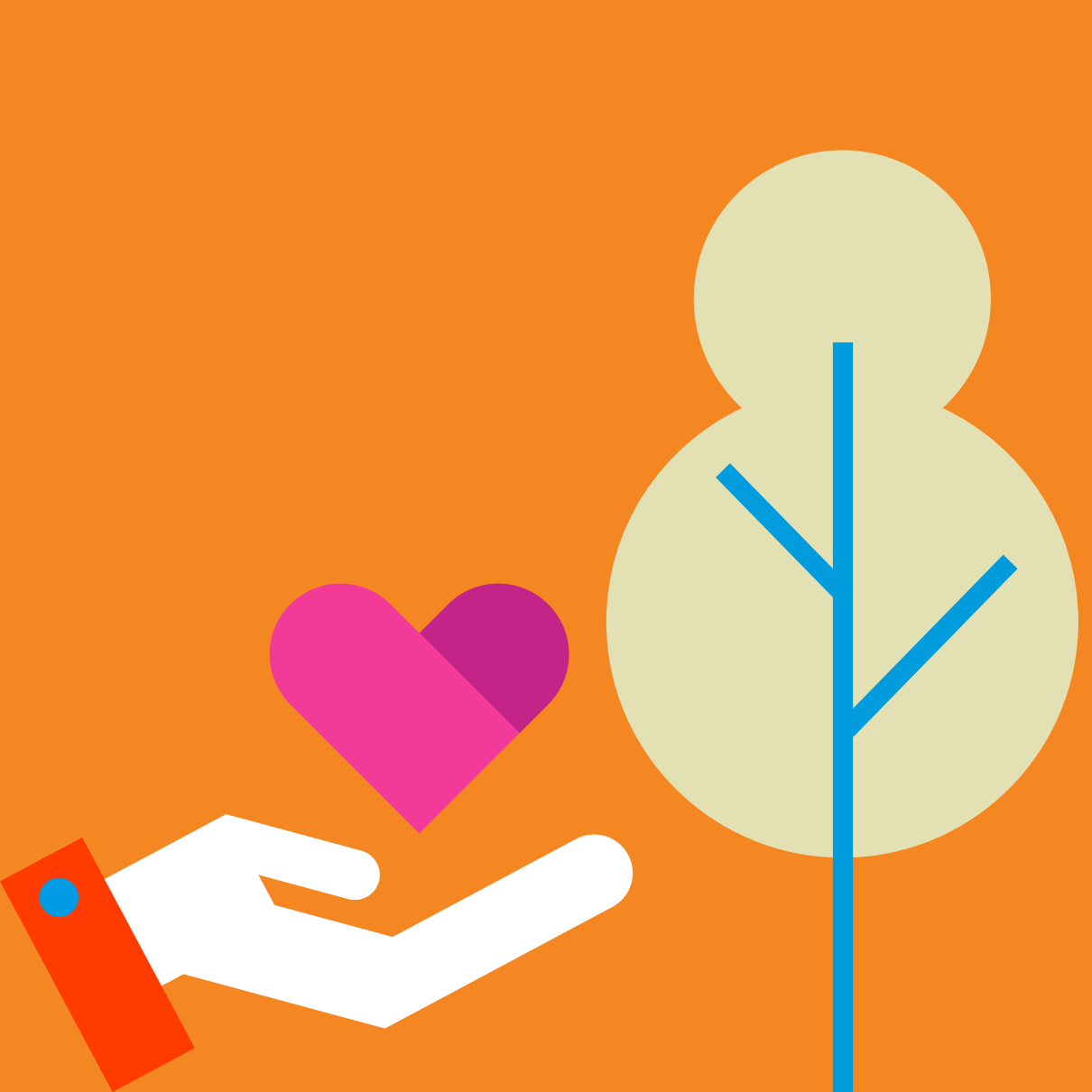
COLPO DI CALORE: COME RICONOSCERLO E COSA FARE

Se il tuo animale mostra uno o più di questi segnali, potrebbe essere in pericolo:

- respiro molto accelerato, affannoso e rumoroso
- salivazione abbondante o bava densa
- gengive e lingua di colore rosso intenso o violaceo
- difficoltà a stare in piedi, barcollamento, spossatezza improvvisa

Cosa fare subito: porta l'animale in un luogo fresco e ombreggiato. Bagnalo con acqua fresca - mai ghiacciata, per evitare uno shock termico - sulle zampe, sul collo e sulla pancia. Contatta immediatamente il tuo veterinario o una clinica veterinaria d'urgenza aperta 24 ore su 24.

Non aspettare che i sintomi peggiorino.



Quando il caldo lascia spazio a forti perturbazioni

DURANTE UN TEMPORALE INTENSO

- Non sostare sotto alberi isolati, pali, tralicci o strutture metalliche.
- Evita parchi, aree alberate e campi aperti durante fulmini e raffiche di vento.
- Cerca riparo in un edificio o in un'automobile chiusa.
- Allontanati da corsi d'acqua, ponti e argini.
- Evita attività all'aperto fino al termine del temporale.

IN CASO DI NUBIFRAGIO O ALLAGAMENTO

- Non scendere in cantine, seminterrati o garage per salvare oggetti.
- Se ti trovi al piano terra, sali ai piani superiori evitando l'ascensore.
- Non utilizzare l'auto nelle strade allagate: bastano pochi centimetri d'acqua per perdere il controllo del veicolo o rimanere intrappolati.
- Evita sottopassi, argini, ponti e zone depresse.
- Non attraversare mai un'area allagata a piedi o in automobile.
- Segui le indicazioni delle autorità e tieniti aggiornato sulle allerte.

IN CASO DI VENTO MOLTO FORTE

- Allontanati da alberi, impalcature e strutture instabili.
- Metti al riparo biciclette, vasi e oggetti che possono essere trascinati dal vento.
- Limita gli spostamenti se non necessari.
- Presta particolare attenzione nei parchi cittadini e nei viali alberati.

I **rifugi climatici al chiuso** possono offrire riparo non solo dal caldo, ma anche durante fenomeni temporaleschi improvvisi. Per informati tempestivamente in caso di emergenze meteo, puoi scaricare l'applicazione **Alert System**.



